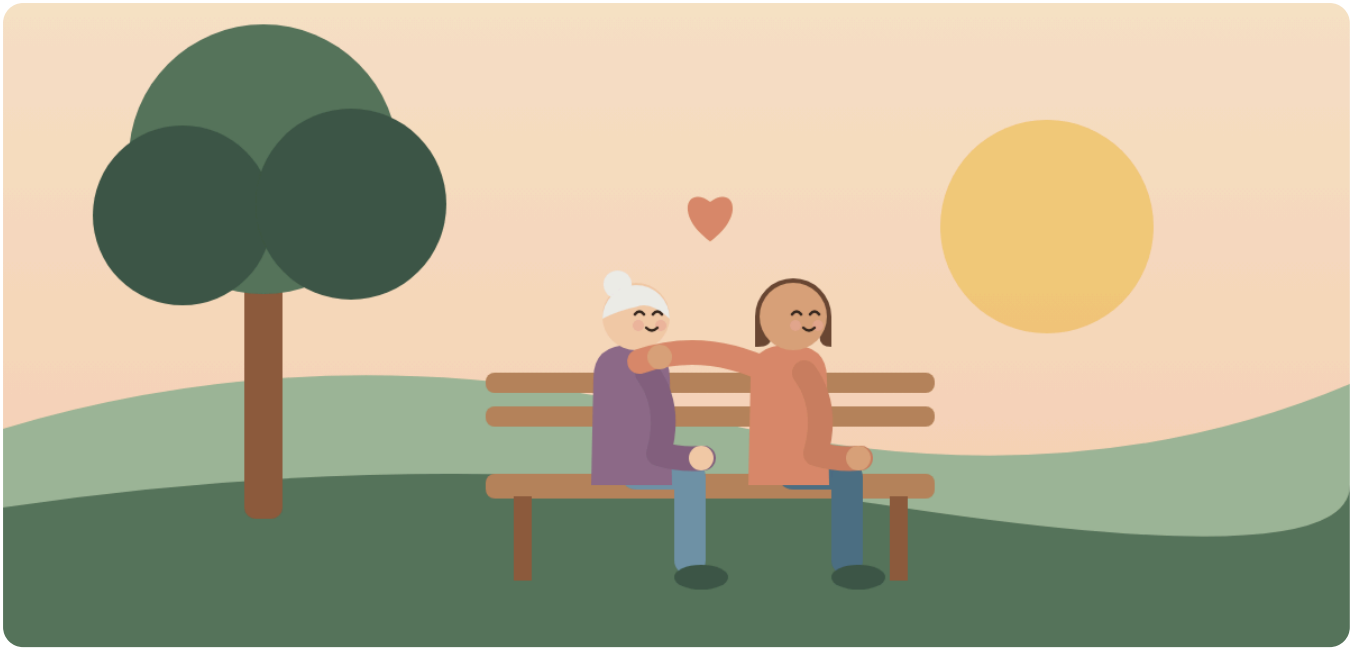
Demenz: Verstehen. Begleiten. Kraft behalten.

Ein Ratgeber für Angehörige – mit Herz, Erfahrung und ganz praktischen Tipps.



Wenn ein geliebter Mensch an Demenz erkrankt, verändert sich vieles. Der Partner, mit dem man Jahrzehnte geteilt hat, stellt dieselbe Frage zum fünften Mal. Die Mutter sucht ihre Handtasche – und findet sich in der eigenen Küche nicht mehr zurecht. Das tut weh. Und es wirft Fragen auf, auf die man nicht vorbereitet war.

Sie sind damit nicht allein. In Deutschland leben rund 1,8 Millionen Menschen mit Demenz. Die meisten von ihnen werden zu Hause begleitet – von Menschen wie Ihnen.

Bei Pflege Bavaria begleiten wir seit über 7 Jahren Familien, in denen ein Angehöriger an Demenz erkrankt ist. Wir wissen: Es gibt keine perfekte Lösung. Aber es gibt vieles, was den Alltag leichter macht. Dieser Ratgeber fasst das Wichtigste zusammen – verständlich, ehrlich und zum direkten Umsetzen.

Das erwartet Sie in diesem Ratgeber:

1. Demenz verstehen: Was passiert im Kopf?
2. Diagnose und Behandlung
3. Wenn sich die Beziehung verändert
4. Kommunikation: Wie Sie einander weiter erreichen
5. Den Alltag gestalten
6. Ein sicheres Zuhause schaffen
7. Entlastung für Angehörige: Hilfe annehmen ist Stärke
8. Häufige Fragen



Fragen zur Betreuung bei Demenz? Ich berate Sie persönlich und kostenlos: 089 55 91 91 66 · info@pflege-bavaria.de

Vessela Tentchev, Gründerin von Pflege Bavaria

1. Demenz verstehen: Was passiert im Kopf?



Demenz ist keine einzelne Krankheit, sondern ein Oberbegriff. Er beschreibt Erkrankungen, bei denen das Gehirn nach und nach Leistung verliert. Betroffen sind Gedächtnis, Denken, Orientierung und Wahrnehmung – und mit der Zeit oft auch Verhalten und Persönlichkeit.

Wichtig zu wissen: Eine plötzliche, vorübergehende Verwirrtheit ist keine Demenz. Sie kann zum Beispiel durch Flüssigkeitsmangel, eine Infektion oder Medikamente entstehen. Deshalb gilt immer: ärztlich abklären lassen.

Die häufigsten Formen

- **Alzheimer-Krankheit:** die häufigste Form (etwa 60 bis 70 Prozent). Eiweißablagerungen schädigen die Nervenzellen, die nach und nach absterben.
- **Vaskuläre Demenz:** entsteht durch Durchblutungsstörungen im Gehirn. Sehr häufig sind Mischformen mit Alzheimer.
- **Weitere Formen:** zum Beispiel die frontotemporale Demenz, die Lewy-Körperchen-Demenz oder die Demenz bei Parkinson.
- **Sekundäre Demenzen:** Sie sind Folge anderer Ursachen, etwa Vitaminmangel, Stoffwechselstörungen, Medikamente oder Depression. Etwa jede zehnte Demenz gehört dazu. Die gute Nachricht: Hier kann eine Behandlung die Beschwerden oft deutlich bessern.

Die meisten Demenzformen sind nicht heilbar. Ihr Verlauf lässt sich aber teilweise verlangsamen – und die Lebensqualität lässt sich in jedem Stadium verbessern.

Wer ist gefährdet?

Das größte Risiko ist das Alter. Frauen erkranken häufiger als Männer, auch die Veranlagung spielt eine Rolle. Daneben gibt es Faktoren, die man beeinflussen kann:

- wenig Bewegung und wenig soziale Kontakte
- Rauchen und viel Alkohol
- Bluthochdruck, Diabetes, starkes Übergewicht
- Depression und unbehandelte Schwerhörigkeit

Erste Anzeichen erkennen

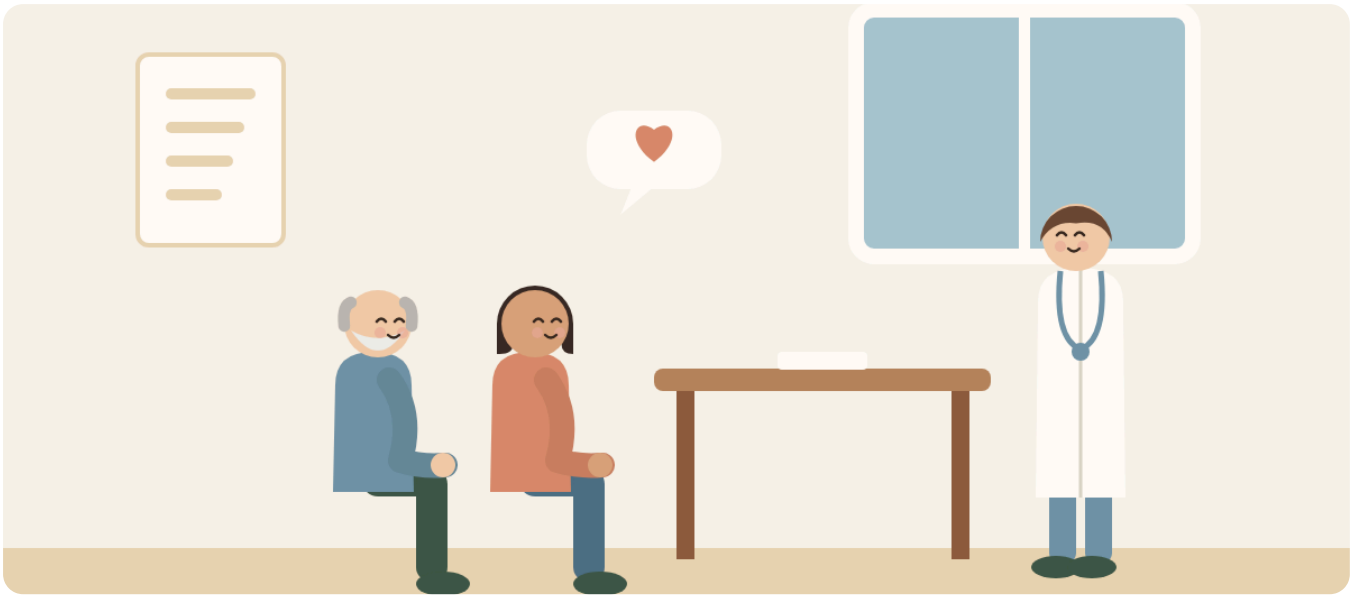
Demenz beginnt meist leise. Achten Sie auf diese Warnzeichen:

- Neues wird schnell vergessen, dieselben Fragen kommen immer wieder.
- Gewohnte Aufgaben wie Kochen oder Überweisungen fallen plötzlich schwer.
- Die Orientierung lässt nach – bei Zeit, Datum oder an bekannten Orten.
- Stimmung und Antrieb verändern sich: Rückzug, Gereiztheit, Misstrauen.
- Der Tag-Nacht-Rhythmus gerät durcheinander, abends oder nachts wird die Person unruhig.

Viele Betroffene versuchen am Anfang, ihre Schwierigkeiten zu überspielen. Aus Scham ziehen sie sich zurück oder reagieren gereizt. Das ist kein böser Wille, sondern oft ein Zeichen von Unsicherheit.

Im weiteren Verlauf verblassen Erinnerungen stärker. Hinzu kommen körperliche Einschränkungen wie Gangunsicherheit oder Inkontinenz. Menschen mit fortgeschrittener Demenz brauchen Unterstützung in fast allen Lebensbereichen.

2. Diagnose und Behandlung



Früh zum Arzt – es lohnt sich

Nur eine Ärztin oder ein Arzt kann feststellen, ob wirklich eine Demenz vorliegt. Der erste Weg führt in die Hausarztpraxis. Erhärtet sich der Verdacht, folgt eine Untersuchung beim Facharzt für Neurologie oder in einer Gedächtnisambulanz.

Zur Diagnose gehören in der Regel:

- ein ausführliches Gespräch – auch mit Ihnen als Angehörige, denn Ihre Beobachtungen sind sehr wertvoll
- Gedächtnis- und Denktests
- Blutuntersuchungen, Blutdruck und EKG
- bildgebende Verfahren wie CT oder MRT, bei Bedarf eine Untersuchung des Nervenwassers

Eine frühe Diagnose ist kein Urteil. Sie schafft Klarheit. Viele Familien empfinden sie sogar als Erleichterung: Endlich hat das veränderte Verhalten einen Namen. Und es bleibt Zeit, gemeinsam Entscheidungen zu treffen.

Welche Behandlung hilft?

Die Behandlung ist immer individuell. Am besten besprechen Ärztin, Betroffener und Familie gemeinsam, was zum aktuellen Stadium passt.

Medikamente können den Abbau der geistigen Fähigkeiten zeitweise verzögern und Begleitbeschwerden wie Depression oder starke Unruhe lindern. Sie wirken nicht bei jedem gleich und können Nebenwirkungen haben. Achten Sie deshalb auf regelmäßige Einnahme und darauf, wie sich Ihr Angehöriger verändert – und melden Sie Auffälligkeiten dem Arzt.

Therapien ohne Medikamente sind mindestens genauso wichtig. Sie stärken Wohlbefinden, Selbstwertgefühl und Alltagsfähigkeiten:

- **Ergotherapie:** erhält praktische Fähigkeiten wie Anziehen oder Kochen.
- **Bewegung und Gymnastik:** fördern Gleichgewicht, Beweglichkeit und senken das Sturzrisiko.
- **Gedächtnistraining:** einfache Wort- und Farbspiele im frühen und mittleren Stadium.
- **Erinnerungsarbeit:** alte Fotos, vertraute Musik, Geschichten aus dem Leben.
- **Musik, Malen, Tanzen:** erreichen Menschen oft noch, wenn Worte längst fehlen.
- **Sinnesanregung:** Licht, Klänge, Düfte und Berührung schenken Wohlgefühl – in jedem Stadium.
- **Psychologische Begleitung:** hilft besonders am Anfang, mit der Diagnose umzugehen – dem Erkrankten und der Familie.

3. Wenn sich die Beziehung verändert



Demenz verändert nicht nur den erkrankten Menschen. Sie verändert Rollen, Aufgaben und das Miteinander. Aus der Ehefrau wird die Pflegende, aus der Tochter die Organisatorin. Trauer, Wut und Erschöpfung gehören dazu – und dürfen sein.

Die Krankheit annehmen

Der vielleicht wichtigste Schritt ist innerlich: den Menschen so anzunehmen, wie er jetzt ist. Diskussionen „auf Augenhöhe“ sind irgendwann nicht mehr möglich. Doch Gefühle bleiben. Menschen mit Demenz spüren sehr genau, ob man sie ernst nimmt, ob man ungeduldig ist, ob man sie liebt.

> **Merksatz:** Die Demenz können Sie nicht ändern. Aber Ihren Blick darauf – und das verändert oft mehr, als man denkt.

- Nehmen Sie schwieriges Verhalten nicht persönlich. Es kommt von der Krankheit, nicht von Ihrem Angehörigen.
- Beobachten Sie: In welchen Situationen wird es schwierig? Oft zeigen sich Muster – und damit Lösungen.
- Geben Sie sich selbst Zeit, in die neue Rolle hineinzuwachsen.
- Informieren Sie sich gezielt – aber nicht zu viel auf einmal. Ein oder zwei gute Quellen sind besser als zwanzig.

Rechtliches rechtzeitig regeln

Solange Ihr Angehöriger noch selbst entscheiden kann, sollten Sie gemeinsam Vorsorge treffen. Das fühlt sich am Anfang vielleicht unsensibel an. Doch später ist es oft nicht mehr möglich – und dann entscheidet im Zweifel ein Gericht.

Dokument	Was es regelt
Vorsorgevollmacht	Wer den Menschen mit Demenz in Gesundheits-, Geld- und Behördenfragen vertreten darf
Betreuungsverfügung	Wen das Gericht als rechtlichen Betreuer einsetzen soll, falls nötig
Patientenverfügung	Welche medizinischen Maßnahmen gewünscht sind – und welche nicht

Sprechen Sie offen über Wünsche und Vorstellungen: Wo möchte er oder sie gepflegt werden? Was ist wichtig? Das gibt Ihnen später Sicherheit bei schweren Entscheidungen. Formulare und Informationen bietet das Bundesministerium der Justiz. Lassen Sie sich im Zweifel beraten, etwa bei einem Notar oder einem Betreuungsverein.

4. Kommunikation: Wie Sie einander weiter erreichen



Mit der Demenz verlieren Worte nach und nach ihre Bedeutung. Was bleibt, ist die Sprache der Gefühle: ein Blick, eine Berührung, ein vertrauter Tonfall. Für Menschen mit Demenz zählt vor allem eine Frage: *Fühle ich mich hier geborgen?*

> **Das Herz wird nicht dement.** Auch wenn Namen und Erinnerungen verblassen – Liebe, Nähe und Geborgenheit kommen an. Bis zuletzt.

7 Regeln für eine gute Verständigung

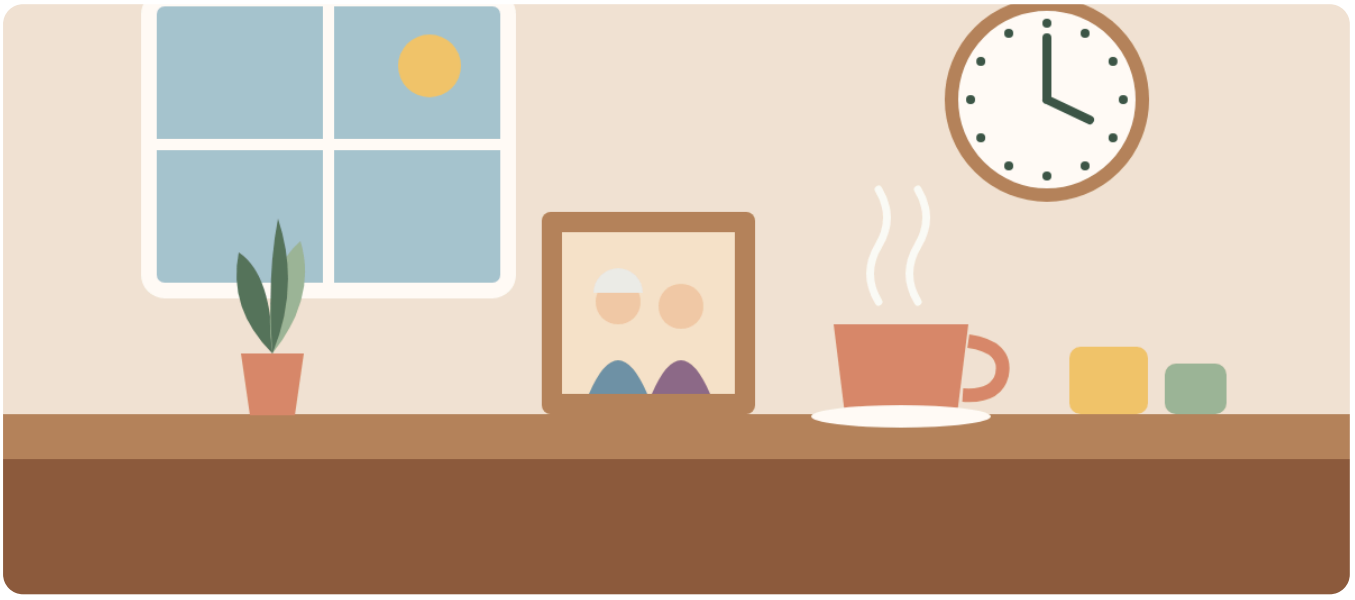
1. **Nicht korrigieren, nicht belehren.** „Das stimmt doch gar nicht“ verunsichert und macht wütend. Wer richtigstellt, gewinnt die Diskussion – und verliert den Menschen.
2. **Gefühle statt Fakten ansprechen.** Fragt Ihre Mutter nach ihrem längst verstorbenen Vater, sagen Sie: „Du vermisst ihn, oder?“ Das tröstet mehr als die Wahrheit.
3. **In die Erinnerungswelt mitgehen.** Will Ihr Mann „zur Arbeit“, obwohl er seit Jahren Rentner ist? Fragen Sie nach, was er dort machen möchte. So fühlt er sich verstanden.
4. **Kurz und einfach sprechen.** Eine Information pro Satz. Ruhig, freundlich, mit Blickkontakt. Ja-Nein-Fragen statt offener Fragen.
5. **Körpersprache nutzen.** Eine Umarmung, eine Hand auf der Schulter, gemeinsames Tanzen – das wird oft besser verstanden als jede Erklärung.
6. **Einbeziehen statt übergehen.** Lassen Sie Ihren Angehörigen in Gesprächen zu Wort kommen, auch wenn nicht alles Sinn ergibt. Ausgrenzung und Tuscheln erzeugen Misstrauen und Angst.
7. **Durchatmen.** Wenn Sie merken, dass Sie laut werden: Verlassen Sie kurz den Raum, atmen Sie tief durch. Das ist kein Versagen, sondern Selbstschutz.

Wenn es schwierig wird: Unruhe, Schreien, Aggression

Herausforderndes Verhalten ist fast immer ein Ausdruck von Not: Angst, Schmerzen, Überforderung, Harndrang oder das Gefühl, nicht verstanden zu werden. Suchen Sie nach dem Auslöser. Oft hilft Ablenkung – ein Blick in den Garten, ein Lieblingslied, eine kleine Aufgabe.

Und seien Sie ehrlich zu sich selbst: Es ist menschlich, auch mal die Geduld zu verlieren. Wenn Sie merken, dass Sie an Ihre Grenzen kommen oder Situationen eskalieren, holen Sie sich Hilfe – beim Arzt, bei einer Pflegeberatung oder bei einem Krisentelefon für pflegende Angehörige.

5. Den Alltag gestalten



Ein guter Alltag mit Demenz ruht auf drei Säulen: Vertrautheit, Sicherheit und sinnvolle Beschäftigung.

Vertrautes bewahren

Je mehr sich verändert, desto mehr verwirrt es. Feste Abläufe geben Halt: der Kaffee am Morgen, der Spaziergang nach dem Mittagessen, die Lieblingsmusik am Abend. Lassen Sie Möbel möglichst an ihrem Platz. Wichtige Dinge wie Brille oder Telefon liegen immer am selben Ort – gut sichtbar auf einfarbigem Untergrund. Fotos von Familie und Urlauben schenken Erinnerung und Gesprächsstoff.

Fähigkeiten erhalten

Nehmen Sie Ihrem Angehörigen nur ab, was er wirklich nicht mehr kann. Gemeinsam kochen, Wäsche falten, im Garten werkeln – er übernimmt, was gelingt, Sie den Rest. Das stärkt das Selbstwertgefühl. Und: Bewerten Sie das Ergebnis nicht. Auch eine scheinbar sinnlose Beschäftigung ist gut, solange sie Freude macht und nicht schadet.

Unterwegs sein

Bleiben Sie aktiv und in Kontakt mit Freunden – das tut beiden gut. Planen Sie Ausflüge in Ruhe, meiden Sie Lärm und Zeitdruck. Nehmen Sie lieber den Aufzug als die Rolltreppe: Menschen mit Demenz können Höhen und Tiefen oft nicht mehr einschätzen. Praktisch sind sogenannte Verständniskarten der Deutschen Alzheimer Gesellschaft. Diskret an der Kasse oder im Bus gezeigt, ersparen sie lange Erklärungen.

Ruhige Nächte

Nächtliche Unruhe ist für viele Familien die größte Belastung. Das hilft:

- Viel Tageslicht und Bewegung am Tag, möglichst kein langer Mittagsschlaf
- Abendrituale: gedämpftes Licht, ein Tee, ruhige Musik
- Ursachen prüfen: Harndrang, Schmerzen oder Angst stecken oft dahinter
- Nachtlichter auf dem Weg zur Toilette
- Eine Trittmatte mit Alarm, die Sie weckt, wenn Ihr Angehöriger aufsteht

Wenn Sie selbst nicht mehr schlafen können, ist das ein ernstes Warnsignal. Dann brauchen Sie Entlastung – zum Beispiel durch eine Betreuungskraft, die mit im Haushalt lebt. Wie sich unruhige Nächte gut auffangen lassen, besprechen wir gern persönlich mit Ihnen.

Essen und Trinken

Menschen mit Demenz spüren Hunger und Durst oft nicht mehr. Flüssigkeitsmangel kann die Verwirrtheit stark verschlimmern.

- Stellen Sie Getränke und kleine Snacks gut sichtbar in mehreren Räumen bereit.
- Nutzen Sie Geschirr, das sich farblich deutlich vom Tisch abhebt.
- Süßes wird meist gern gegessen – bei Diabetes bitte mit dem Arzt absprechen.
- Wer viel umherläuft, braucht mehr Energie: Fingerfood kann man auch im Gehen essen.
- Schaffen Sie eine ruhige, gemütliche Atmosphäre bei Tisch.

Inkontinenz

Kennzeichnen Sie die Toilettentür deutlich, zum Beispiel mit einem Bild. Begleiten Sie regelmäßig zur Toilette und achten Sie auf typische Unruhe-Zeichen. Waschbare Auflagen schützen Sofa und Bett. Das passende

Inkontinenzmaterial erfahren Sie beim Arzt, im Sanitätshaus oder beim Pflegedienst. Für Ausflüge gilt: Toiletten vorher ausfindig machen und Wechselwäsche einpacken.

Wenn ein Krankenhausaufenthalt ansteht

Fremde Umgebung und Hektik verwirren Menschen mit Demenz stark. Bereiten Sie deshalb vor:

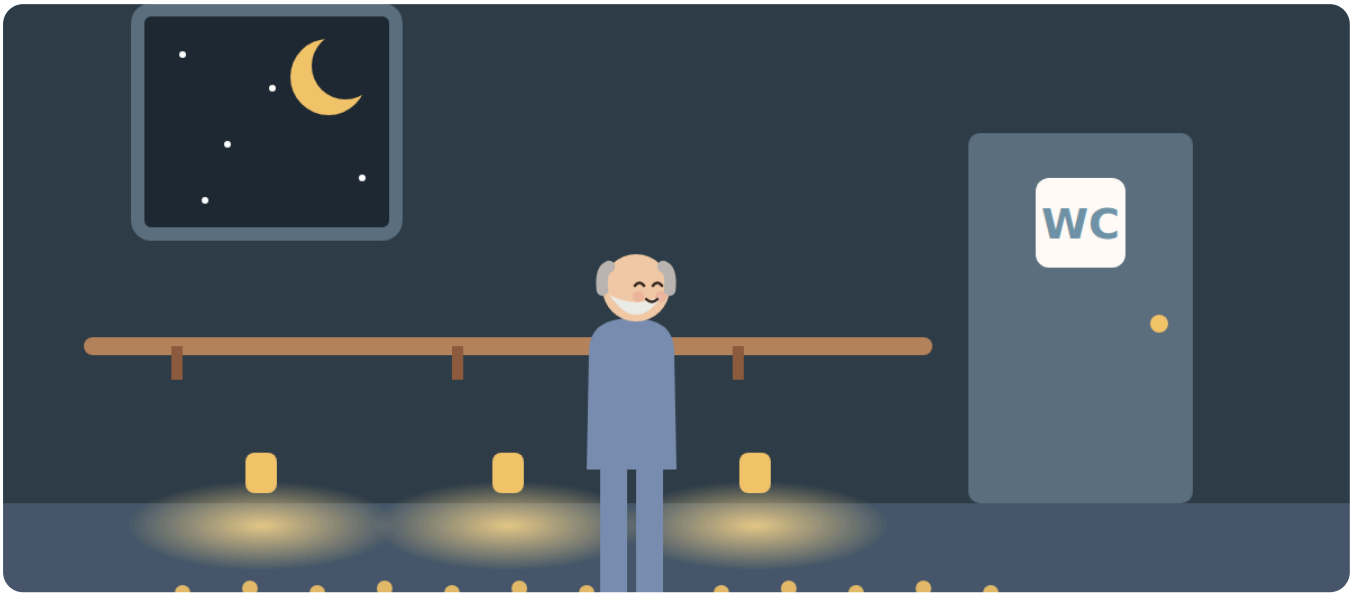
- Eine kurze Mappe mit Gewohnheiten, Vorlieben, Abneigungen und dem aktuellen Medikationsplan
- Den Informationsbogen der Deutschen Alzheimer Gesellschaft für die Aufnahme ins Krankenhaus
- Vertraute Dinge fürs Zimmer: Familienfotos, ein Kissen, eine Strickjacke, die nach Zuhause riecht
- Fragen Sie nach Kliniken mit Spezialstationen für Menschen mit Demenz

Die Nächte sind unruhig – und Ihre Kraft wird weniger?

Sie müssen das nicht allein schaffen. Wir beraten Sie kostenlos, auch bei Ihnen zu Hause, und suchen gemeinsam mit Ihnen eine Betreuungskraft mit Erfahrung bei Demenz.

Kostenlos beraten lassen oder anrufen: 089 55 91 91 66

6. Ein sicheres Zuhause schaffen



Mit der Demenz lassen Gleichgewicht, Wahrnehmung und Urteilsvermögen nach. Das Sturzrisiko steigt, Alltagsgeräte werden zur Gefahr. Die gute Nachricht: Oft reichen kleine Veränderungen. Unsere Checkliste hilft Ihnen, Raum für Raum vorzugehen.

Checkliste: Sturzgefahr senken

- [ ] Stolperfallen entfernen: lose Teppiche, Kabel, Fußmatten, Türschwellen
- [ ] Helle Beleuchtung, auch in den Ecken – Schatten werden leicht für Löcher gehalten
- [ ] Nachtlichter oder Bewegungsmelder auf dem Weg zum Bad
- [ ] Handläufe und rutschfeste Böden im Bad
- [ ] Duschsitz, Badewannenbrett oder Badewannenlifter

Checkliste: Gefahrenquellen sichern

- [ ] Medikamente, Putzmittel, Feuerzeuge und scharfe Messer wegschließen
- [ ] Herdsicherung durch einen Elektriker einbauen lassen
- [ ] Rauchmelder und Wassermelder installieren
- [ ] Schubladen und Schränke mit Sicherungen versehen
- [ ] Treppen und Sicherungskasten unauffällig machen, bei Bedarf abschließbare Fenster
- [ ] Die Demenz vorsorglich der Hausratversicherung melden

Checkliste: Orientierung erleichtern

- [ ] Toilette gut sichtbar kennzeichnen – mit Bild oder Schild
- [ ] Türen mit Fotos oder einfachen Symbolen beschriften
- [ ] Eine große Tafel oder ein Kalender für Termine und wichtige Infos
- [ ] Kleiderschrank vereinfachen: nur wenige, passende Outfits für die Jahreszeit
- [ ] Spiegel mit einem Tuch abdecken, falls das Spiegelbild Angst macht
- [ ] Glas- und Spiegeleffekte vermeiden, sie irritieren

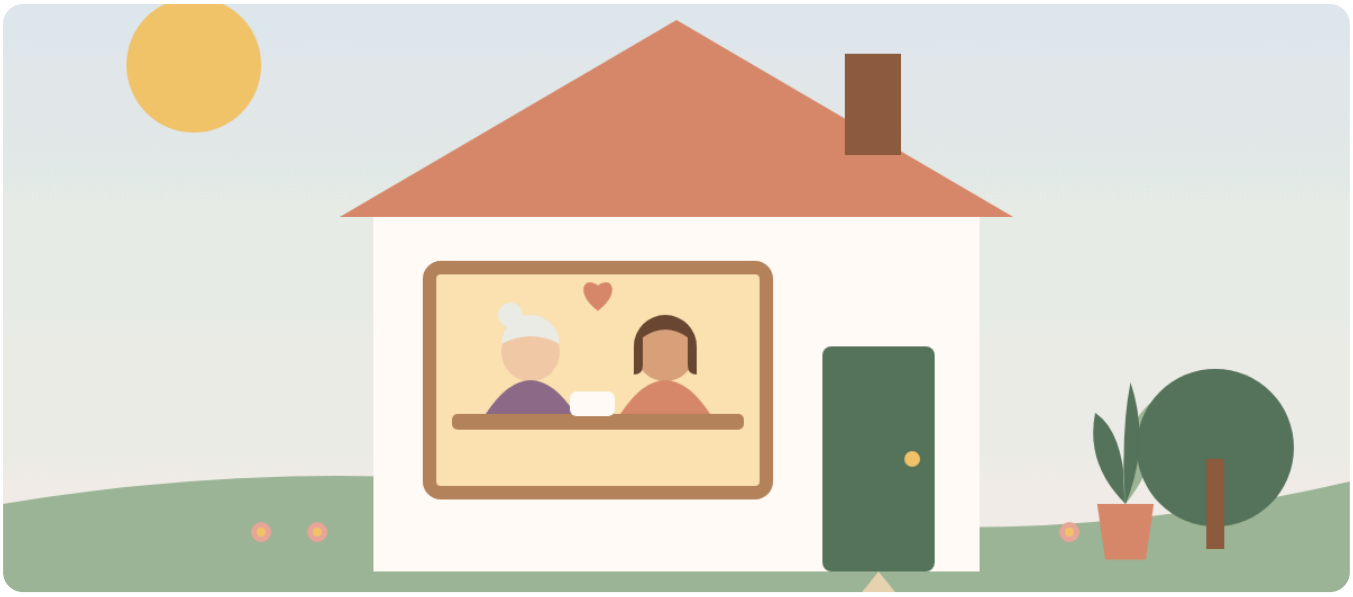
Weglaufen und Verirren vorbeugen

Viele Menschen mit Demenz haben einen starken Bewegungsdrang. Oft steckt ein Ziel dahinter: „nach Hause“, „zur Arbeit“, zur Toilette. Fragen Sie nach dem Wunsch hinter dem Weggehen.

- Ein Vorhang in Wandfarbe vor der Wohnungstür nimmt oft den Impuls zu gehen.
- Ein Bewegungsmelder oder eine Alarmmatte an der Tür meldet Ihnen, wenn jemand geht.
- Informieren Sie Nachbarn – sie sind oft die besten Helfer.
- Ein GPS-Ortungsgerät kann sinnvoll sein. Besprechen Sie das möglichst früh mit Ihrem Angehörigen.

> **Gut zu wissen:** Für Hilfsmittel und den Umbau der Wohnung gibt es unter bestimmten Voraussetzungen Zuschüsse der Pflegekasse. Lassen Sie sich vorher beraten – und bringen Sie Ihren Angehörigen während größerer Umbauten möglichst woanders unter.

7. Entlastung für Angehörige: Hilfe annehmen ist Stärke



Einen Menschen mit Demenz zu begleiten, kostet enorm viel Kraft – körperlich und seelisch. Viele Angehörige merken erst sehr spät, wie erschöpft sie sind. Doch nur wer selbst Kraft hat, kann auf Dauer für andere da sein.

> **Sie dürfen an sich denken.** Das ist kein Egoismus. Es ist die Voraussetzung dafür, dass Ihr Angehöriger gut versorgt bleibt.

Freiräume schaffen

- Schaffen Sie sich einen Ort in der Wohnung, an den Sie sich zurückziehen können.
- Bewahren Sie persönliche Dinge und eigene Medikamente sicher auf.
- Planen Sie feste Auszeiten ein – und halten Sie sie ein.
- Gehen Sie regelmäßig selbst zum Arzt.

Familie und Umfeld einbeziehen

Sprechen Sie offen mit Familie, Freunden und Nachbarn über die Erkrankung. Das baut Berührungsängste ab und schafft Verständnis. Bitten Sie konkret um Hilfe: den Wocheneinkauf, einen Nachmittag Gesellschaft, eine Fahrt zum Arzt. Schreiben Sie auf, wer welche Aufgabe übernimmt – das macht Absprachen verbindlicher.

Austausch mit anderen

In Selbsthilfegruppen und Gesprächskreisen treffen Sie Menschen, die genau wissen, wie es Ihnen geht. Viele Angehörige sagen im Rückblick: Das war eine der größten Hilfen. Kostenlose, auch anonyme psychologische Online-Beratung für pflegende Angehörige finden Sie unter pflegen-und-leben.de.

Diese Unterstützung steht Ihnen zu

Angebot	Was es Ihnen bringt
Pflegegrad beantragen	Grundlage für Leistungen der Pflegekasse, z. B. Pflegegeld
Kostenlose Pflegeberatung	Hilfe bei Anträgen, Leistungen und Organisation – bei Pflegekasse oder Pflegestützpunkt
Kostenlose Pflegekurse	Praktisches Wissen und Austausch mit anderen Angehörigen
Tagespflege	Betreuung tagsüber außer Haus, Sie haben Zeit für sich
Verhinderungs- und Kurzzeitpflege	Vertretung, wenn Sie Urlaub brauchen oder selbst krank sind – über einen gemeinsamen Jahresbetrag der Pflegekasse
Stundenweise Betreuung	Ehrenamtliche oder professionelle Helfer für einige Stunden
Hilfsmittel	Pflegebett, Duschhocker, Hausnotruf – teils von der Kasse bezahlt
Pflegezeit für Berufstätige	Freistellung vom Job für Tage oder Monate

Welche Leistungen genau möglich sind, hängt vom Pflegegrad ab. Lassen Sie sich frühzeitig beraten – viele Familien verschenken Leistungen, weil sie nichts davon wissen.

Wenn es zu Hause allein nicht mehr geht

Irgendwann kommen viele Familien an den Punkt, an dem stundenweise Hilfe nicht mehr reicht. Dann stellt sich die Frage: Pflegeheim, Demenz-WG – oder Betreuung zu Hause?

Pflegeheim: Achten Sie auf spezielle Wohnbereiche für Menschen mit Demenz und fragen Sie nach dem Betreuungskonzept, etwa zum Umgang mit nächtlicher Unruhe.

Demenz-WG: Mehrere Menschen mit Demenz leben gemeinsam in einer familiären Wohnung, mit eigenem Zimmer und gemeinsamer Küche. Angehörige gestalten den Alltag mit. Die Kosten sind sehr unterschiedlich.

Betreuung zu Hause (oft „24-Stunden-Betreuung“ genannt): Ihr Angehöriger bleibt in seiner vertrauten Umgebung – und genau das ist bei Demenz oft das Wertvollste. Eine Betreuungskraft lebt mit im Haushalt. Sie gibt dem Tag Struktur, leistet Gesellschaft, hilft im Haushalt und bei der Grundpflege. Sie hat feste Arbeits- und Ruhezeiten; wie die Nächte gut geregelt werden, besprechen wir gemeinsam mit Ihnen. Medizinische Behandlungspflege, etwa Medikamentengabe oder Wundversorgung, übernimmt ein ambulanter Pflegedienst.

Genau hier unterstützen wir von Pflege Bavaria. Wir vermitteln erfahrene Betreuungskräfte in München, ganz Bayern und darüber hinaus – und begleiten Sie persönlich, vom ersten Gespräch bis weit darüber hinaus. Uns ist wichtig, dass Mensch und Betreuungskraft wirklich zueinander passen. Denn gerade bei Demenz sind Vertrauen, Geduld und Herzenswärme durch nichts zu ersetzen.

8. Häufige Fragen

Ist Vergesslichkeit im Alter schon Demenz?

Nein. Dass man mal einen Namen vergisst, ist normal. Bei einer Demenz lassen Gedächtnis und Denken deutlich und dauerhaft nach, sodass der Alltag schwerer wird. Im Zweifel hilft ein Besuch in der Hausarztpraxis.

Ist Demenz heilbar?

Die meisten Formen nicht. Medikamente und Therapien können den Verlauf aber teilweise verlangsamen und die Lebensqualität deutlich verbessern. Manche sekundären Demenzen bessern sich, wenn die Ursache behandelt wird.

Kann ein Mensch mit Demenz zu Hause bleiben?

In vielen Fällen ja – auch bei fortgeschrittener Demenz. Voraussetzung ist eine verlässliche Betreuung. Eine Betreuungskraft, die mit im Haushalt lebt, ist für viele Familien eine liebevolle Alternative zum Heim.

Welche Unterstützung bekomme ich von der Pflegekasse?

Das hängt vom Pflegegrad ab. Möglich sind zum Beispiel Pflegegeld, Tages-, Verhinderungs- und Kurzzeitpflege, Hilfsmittel und Zuschüsse für den Wohnungsumbau. Die Pflegeberatung der Kasse ist kostenlos. Ob ein Anspruch besteht, klärt die Pflegekasse.

Was kostet eine Betreuung zu Hause?

Bei Pflege Bavaria beginnt die Betreuung ab 100 € pro Tag (3.000 € bei 30 Tagen). Keine Vermittlungs- oder Organisationspauschale, keine Vertrags- oder Wechselkosten, An- und Abreise inklusive. Bei Demenz empfehlen wir oft eine Betreuungskraft mit guten bis sehr guten Deutschkenntnissen; der Preis kann dann etwas höher liegen. Pflegegeld und weitere Leistungen können den Eigenanteil deutlich senken – ein Rechenbeispiel finden Sie unter www.pflege-bavaria.de/kosten. Beratung und Vermittlung sind kostenlos.

Wie gehe ich mit Aggression um?

Bleiben Sie ruhig, gehen Sie kurz aus der Situation und suchen Sie den Auslöser, etwa Angst, Schmerz oder Überforderung. Treten solche Situationen häufiger auf, holen Sie ärztlichen und pflegerischen Rat ein.

Wie finde ich die passende Betreuungskraft?

Achten Sie auf Erfahrung mit Demenz, gute Deutschkenntnisse und vor allem darauf, dass die Chemie stimmt. Eine persönliche Vermittlung mit fester Ansprechpartnerin macht hier den Unterschied.

Ihre persönliche Ansprechpartnerin

Sie müssen diesen Weg nicht allein gehen. Ob Sie gerade erst von der Diagnose erfahren haben oder schon lange pflegen und merken, dass Ihre Kräfte schwinden: Sprechen Sie mit mir. Ich höre zu, berate Sie ehrlich und finde gemeinsam mit Ihnen eine Lösung, die zu Ihrer Familie passt – kostenlos und unverbindlich.



Vessela Tentchev

Pflege Bavaria
Klara-Ziegler-Bogen 161
81739 München

Tel.: 089 55 91 91 66
Mobil & WhatsApp: 0176 72 40 77 58
E-Mail: info@pflege-bavaria.de

www.pflege-bavaria.de

Kostenlos beraten lassen

Hinweis und weiterführende Informationen

Dieser Ratgeber ersetzt keine ärztliche, pflegerische, rechtliche oder steuerliche Beratung. Bitte wenden Sie sich bei Fragen zu Diagnose, Behandlung oder Vorsorge an Fachleute. Alle Angaben ohne Gewähr, Stand Oktober 2026.

Weitere seriöse Informationen:

- Deutsche Alzheimer Gesellschaft – Alzheimer-Telefon, Verständniskarten, Krankenhaus-Infobogen
- Wegweiser Demenz – Portal des Bundesfamilienministeriums
- Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) – Ratgeber und Beratungsdatenbank
- Stiftung Gesundheitswissen – Diagnose und Behandlung
- Bundesministerium der Justiz – Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung
- Pflegen und Leben – psychologische Online-Beratung für Angehörige